

Instrucciones Para Pacientes con Tos o Problemas Para Respirar

No pase mucho tiempo acostado boca arriba. Acostarse en diferentes posiciones le ayudará a que el cuerpo reciba aire en todas las áreas de los pulmones.

Su equipo de atención médica recomienda que intente cambiar su posición cada 30 minutos a 2 horas. Sentarse es mejor que acostarse boca arriba.

Si puede, por favor intente acostarse en las siguientes posiciones:

Posición 1

ACUÉSTESE BOCA ABAJO
por 30 minutos a 2 horas.



Posición 2

ACUÉSTESE DE COSTADO DERECHO
por 30 minutos a 2 horas.



Posición 3

SIÉNTESE
por 30 minutos a 2 horas.



Posición 4

ACUÉSTESE DE COSTADO IZQUIERDO
por 30 minutos a 2 horas.



REPITA LA SEQUENCIA, EMPEZANDO CON LA POSICIÓN 1.

¿PREGUNTAS?

Llame a su clínica. Si es fuera del horario de la clínica, póngase en contacto con el Centro de llamadas médicas de Avera a través del 1-877-AT-AVERA(1-877-282-8372).

Este número es contestado las 24 horas al día, los 7 días a la semana por una enfermera registrada quien tiene acceso a médicos en guardia.
Por favor seleccione la opción para COVID-19.



La misión de Avera es de hacer un impacto positivo en las vidas y la salud de las personas y la comunidad al brindar servicios de calidad guiados por principios cristianos. Si usted piensa que va a tener dificultad para pagar parte de su deuda, comuníquese con la oficina de cobros local o con el personal de cobros. Podemos hablar sobre las opciones de pago que podría haber disponibles para usted.